



## Sachbuch

# „Tagebuch eines Depressiven“

von Roland Zingerle

Acht Prozent der Österreicherinnen und Österreicher leiden an einer Depression, doppelt so viele wie an Krebs. Trotzdem wird die Krankheit öffentlich kaum beachtet, denn wer nicht von ihr betroffen ist, der kann sie nicht verstehen. Die Betroffenen wiederum schweigen, sie haben Angst, als geisteskrank abgestempelt zu werden, oder wissen gar nicht, wie es um sie steht.

Roland Zingerle ist einer von ihnen, der nicht schweigt. Jahrelang ignorierte er die Hilferufe seiner Seele, bis sein Körper ihm den Dienst versagte.

In „Tagebuch eines Depressiven“ erzählt er von seinem Hineinschlittern in die Depression, seiner Therapie und seinem beschwerlichen Weg zurück.

*„Dieses Buch will Nichtbetroffene für ein Thema sensibilisieren, das längst in der Mitte unserer Gesellschaft angekommen ist und es will Gefährdete ermahnen, auf ihre innere Stimme zu hören. Vor allem will es aber den Betroffenen Verständnis entgegenbringen und ihnen sagen: Ihr seid nicht allein, ihr seid Teil einer sehr großen Gruppe. Verzweifelt nicht, es gibt Heilung – aber die liegt in euren Händen.“*

## Der Autor

Roland Zingerle, Jahrgang 1973, lebt und arbeitet in Klagenfurt am Wörthersee. Als freier Schriftsteller verfasst der Germanist und Kommunikationswissenschaftler Romane und Sachbücher und unterrichtet deutsche Literatur und kreatives Schreiben.

## Edition

Verlag: Edition Z

Seitenzahl: 168

Format: Taschenbuch, 125 x 190 mm

Preis: € 14,95 (E-Book: € 9,99)

ISBN: 978-3-96111-945-5

## Vertrieb:

Nova MD GmbH, Vachendorf, Deutschland

[bestellung@novamd.de](mailto:bestellung@novamd.de)

[www.novamd.de](http://www.novamd.de)

40% Rabatt, kostenfreie Lieferung ab einem Netto-Warenwert von € 50,00

**Für jedes verkaufte Buch ergehen 1 EURO,  
für jedes verkaufte E-Book 50 CENT  
als Spende an die Diakonie de La Tour Kärnten.**